Rs. 15/-

# అఖిల

## అఖిల భారత పత్రిక

మార్చి 2009



- శ్రీమాతారవిందుల వాక్కులు

# అఖిల

## భారత పత్రిక - మార్చి, 2001

## పదార్థము పరార్థము నావిష్కరిస్తుంది - శ్రీఅరవిందులు

విషయసూచిక



- - శ్రీమాతారవిందుల వాక్కులు - -

# నిజమైన కానుక

తనకి అద్భుత శక్తులున్నట్లయిన అవి పరమాత్మ సన్నిధిలో వుంచి, అతడి మెప్పపొంది దైవసిద్ధిని పొందే దైవ కార్యాలు నిర్వహించగలనని, అంతులేని సంపదలేవుంటే భగవత్కార్యాలకి అవన్నీ అతడి పాదాల వద్ద సమర్పించాలని వుందని, యిది తన చిరకాల వాంఛితమని వొక వ్యక్తి నాకు వ్రాసేడు. "నువ్వు విచారించనవసరం లేదు. నీవద్ద యేదుంటే అదే సమర్పించు. ప్రతివొక్కరిని కోరేదేమంటే అతడి వద్ద యేవి వుంటే అవి, అవి యేవైనా కావచ్చు. తన శక్తి సామర్థ్యాలు, హోదా, తనకంటూ వున్నవన్నీ సమర్పించవచ్చు - వాటన్నిటితో సమంగా తన జీవితాన్ని కూడా - యింతకన్నా యెక్కువ కోరేదేమీ వుండదు. నువ్వేమిటో అదే సమర్పించు. నీకేముందో అదే యివ్వు. అదే నిర్దుష్టమైన నిజమైన కానుక. ఆధ్యాత్మిక దృక్పథంలో సమగ్రమైనదదే. అది నీకున్న అంతులేని సంపద మీద, అసంఖ్యాకమైన అర్హతలమీద ఆధారపడి వుండదు. సమగ్రత మీదే ఆధారపడి వుంటుందని చెప్పవలసి వుంది." అని చెప్పాను.

ఇటువంటి కథేదొకటి హిందూ పురాణగాథలో చదవినది గుర్తుకొస్తున్నది. నిరుపేద, పండుముసలి స్త్రీ వొక తె వొక పూరిపాకలో నివసిస్తూ వుండేది. ఆమెకి తనకంటూ యేమీ లేదు. ఒకరోజు ఆమెకి యెవరో వొక మామిడిపండు యిచ్చేరు. అది చాలా మధురమైన, అరుదైన పండు. అటువంటి పండు యెప్పుడో గాని ఆమెకి దొరకదు. అందుకని ఆ పండు సగంతిని మిగిలిన సగం మరునాటికి దాచుకుంది. రాత్రయింది. ఆమె పడుకున్నది. అర్థరాత్రి యెవరో బాటసారి ఆ జీర్ణకుటీరం తలుపుతట్టి ఆశ్రయమడిగాడు. ఆమె తలుపు తెరచి లోనికి రమ్మన్నది. లోనికి రాగానే ఆ ఆగంతకుడు పడుకోడానికి జాగా, ఆకలిగా వున్నది, తినడానికేమైనా పెట్టమని అడిగాడు. ఆమె సమాధానంగా, "నువ్వు చలికాచుకోడానికి నిప్పు చేద్దామంటే నా వద్ద యేమీ లేదు. కప్పుకోడానికి యిద్దామంటే దుప్పటీ కూడా లేదు. నేను సగం తినగా మిగిలిన మామిడి పండు తప్ప నా వద్ద యింకేమీ లేదు. నీకభ్యంతరం లేకపోతే అది

యిస్తాను. తీసుకో అన్నది. ఆ ఆగంతకుడు శివుడు వెంటనే ఆమె యెదుట ప్రత్యక్షమయ్యాడు. ఆమె ఆంతర్యమంతా తేజోమయ మయిపోయింది. ఆమె యిచ్చినది నిజమైన కానుక. తనకున్న సర్వస్వం సాటి మనిషి ఆకలి తీర్చడానికి నిస్సంకోచంగా, చిత్తశుద్ధితో భగవంతుడని తెలియకపోయినా సమర్పించింది."

అదే నే చదివిన కథ. అద్భుతమనిపించింది. నిజమైన కానుకంటే యేమిటో తెలియజేయడానికే యీ కథ చెప్పడం జరిగింది.

బాగా ధనవంతుడైనా, జీవితంలో యెన్నో సౌకర్యాలు సమకూర్చుకుని చీకుచింతా లేనివాడైనా తన అవసరాలకి, ఆనందాలకి సరిపడిన డబ్బు వుంచుకుని యింకా మిగిలివుంటే అది గొప్పగా యెంతో వుదార పురుషుడిలా భగవత్కార్యాలకి ఖర్చు చేస్తాడు. అదీ లోకం తీరు. అసలేమీ ఇవ్వకపోవటం కంటే మేలే. కాకపోతే అలా యిచ్చినది లక్షలైనా సరే నిరుపేద వృద్ధురాలి సగం మామిడిపండుకు మాత్రం సాటిరాదు. అందుచేత భగవంతుడికర్పించేది తృణమైన పణమైనా ఉత్తమంగా వుండాలి. అది చిత్తశుద్ధితో పరిపూర్ణత సంతరించుకొని సమర్పించేది కావాలి.

ప్రశ్న : సాధారణ జీవితంలో ధనవంతులు వారి ధనాన్ని భగవంతుడి కర్పించాలనుకున్నప్పుడు, భగవంతుడు వారి యెదుట వుండడు కదా! అప్పుడు ఆ ధనం వారెవరికివ్వాలి ? ఆ ధనం యెక్కడ యివ్వాలో వారికి తెలియదు కదా ?

అవును. బాహ్యంగా గాని, అంతర్యంలో గాని యెక్కడా వారికి భగవదనుభూతే కలగనప్పుడు యీ ప్రశ్నే తలెత్తదు. తనకు తెలియని వారికిమ్మని యెవరూ అడగరు కదా !

వారు వారిలో భగవంతుణ్ణి దర్శించగలిగినట్లయితే, వారి సంపద వినియోగానికి ఆ దైవ సూచనల ప్రకారం నడుచుకుంటే సరిపోతుంది. వారు నిజాయితీగా వారందుకున్న సూచనల ప్రకారం నడుచుకున్నట్లయితే వారు కోరబడడం అనేది జరుగుతుంది. అంతవరకు వారిని కోరడమన్నదే వుండదు. "స్వామీ ! నన్ను నేను

నీకు కానుకగా సమర్పించుకొని సిద్ధంగా వున్నాను. ఆజ్ఞాపించు." అన్నప్పడే ఆజ్ఞాపించబడతాడు. అదే మొదలవుతుంది. తన్ను తాను సమర్పించుకున్న తక్షణమే కోరబడతాడు. కాని అంతకుముందు మాత్రం కాదు. అంతకుముందు అనాలోచితంగా నువ్వొక నాణెం జేబులోంచి బయటికి తీసి అక్కడుంచావు. మంచిదే. నువ్వు చెయ్యాలనుకున్నది అంటే నీ విధి అనుకున్నది చేసేవు. అంతే అంత మాత్రం, నువ్వేమీ కోరబడవు. నీ బాధ్యత తీసుకోమని భగవంతుణ్ణి కోరడానికి, సదుద్దేశంతో, నీ జీవితవిధానంలో ఏ మార్పును అపేక్షించే ఏ ఉద్దేశం లేకుండా, చేసే మంచిపనికి చాలా వ్యత్యాసం ఉంది.

ప్రశ్న : అమ్మా ! కొంతమంది డబ్బున్నవాళ్లు ఇక్కడికి వస్తూంటారు. వాళ్ళకి ఉంటుంది. ఆ భక్తిని చాటుకుంటారు. కాని డబ్బు సంగతి వస్తే మాత్రం బేరసారలాడతారు -----

సమాధానం : వారు దైవం నించి ఎంత వీలైతే అంత తీసుకోవాలనే యెత్తుగడతో వస్తారు. అన్ని అర్హతలు, అన్ని సమర్థతలు, అన్ని సౌకర్యాలు, సదుపాయాలు యిలా ప్రతి వొక్కటి అంతే కాదు. ఒక్కొక్కసారి దివ్యశక్తులతో సహా ఒకటేమిటి సమస్తం తీసుకుపోడానికే వాళ్ళు వస్తారు. ఇవ్వడానికి రారు. వాళ్ళ భక్తి ప్రదర్శన వొకనెపం మాత్రమే. తీసుకోడంలోనే వాళ్ళ కోరిక బయటపడుతుంది. అది చాలా పెద్ద స్థాయిలో విస్తృతమయివుంటుంది. వ్యక్తి ఆత్మను కాపాడడం, ఆధ్యాత్మికానుభూతి పొందడం, దివ్యశక్తులను సంపాదించడం, ప్రశాంతమైన చక్కని జీవితం గడపడం, ఎక్కువ, తక్కువ అన్నది వదిలేస్తే మొత్తంమీద సుఖంగా జీవించడం, నిర్లక్ష్యంగా నిష్పూచీగా జీవితంలో యీతి బాధల కతీతంగా వుంటారు. ఈ రకంగా వారి జీవితం విస్తృతమై వుంటుంది. కాని వారు యివ్వడం దగ్గరకొచ్చేసరికి బేరసారాలు మొదలవుతాయి. ఇన్ని పొందాలంటే యేకొంచెమైనా యివ్వాల్సి వుంటుందని వారికి తెలుసు. అందుచేత పరమ భక్తుల్లా వారు నటిస్తూ వుంటారు. అది వుత్త నటనే తప్ప అందులో నిజాయితీ వుండదు.

దురదృష్టవశాత్తూ అది వారికే పరిమితం. ఇంకెవర్నీ మోసం చెయ్యలేడు. కాకపోతే సహించబడుతుంది. దీనివల్ల మోసపోయేది ఎవ్వరూ ఉండరు.

బేరసారాలనేవి సర్వత్రా సత్వం అన్ని భాగాలలోనూ ఉంటాయి. అత్యున్నతమైన ఆధ్యాత్మిక అనుభవాలనించి అత్యల్ప భౌతిక అవసరాల వరకు నిరంతరం యిచ్చిపుచ్చుకోవడాలు జరుగుతూనే వుంటాయి. బేరం లేకుండా సమర్పించేవారు వెయ్యిమందిలో వొక్కరు కూడా వుండరు.

ఇంతకీ నే చెప్పిన కథలోవున్న అందం ఏమిటంటే తను పండు యిచ్చినప్పడు ఆ ముసలమ్మకి వచ్చినవాడు శివుడు అన్న విషయం తెలియదు. కేవలం తాను ఇవ్వడం ద్వారా వొక మంచి పనిచేస్తున్నానన్న ఆనందంతో దారినపోయే బిచ్చగాడికి యిచ్చింది. అంతేగాని అతడొక దేవుడని తనకి ముక్తి ప్రసాదిస్తాడని లేదా అందుకు ప్రతిఫలంగా తనకేదో జ్ఞానం ప్రసాదిస్తాడని యివ్వలేదు.

<u>ప్రశ్న:</u> అయినా కూడా, పరిపూర్ణ అర్పణేతప్ప ఏమాత్రం కోరిక కూడా ఉండకూడదని తెలుసుకున్నప్పటికీ కూడా, అదెప్పటికీ అలాసాగుతూనే ఉంటుంది----

**సమాధానం:** మరైతే ఏంచేయాలి? చిత్త శుద్ధితో ఉండాలి. అంతే. ఎప్పటికీ అంతే. పండులో పురుగులా మనలో వొక సందేహం తొలుస్తూ వుంటుంది. "అమ్మో ! నే చెయ్యలేను," అని. కాని అది నిజం కాదు. తలుచుకుంటే నీకిది సాధ్యమే అవుతుంది.

కొంతమంది నాతో అంటూ వుంటారు. "నాకు యిచ్ఛాశక్తి లేదు." అని. దానర్థం నీకు నిజాయితీ లేదని. నిజాయితీ అనేది ప్రపంచంలో అన్ని సంకల్పశక్తుల కంటె, అనంతమైన శక్తుల కంటె కూడా శక్తివంతమైనది. కన్నుమూసి తెరిచేలోగా ఏలాటి మార్పునైనా చేయగలడు. దేనినైనాసరే గట్టిగా పట్టుకుని, వశపరచుకొని బయటికి లాగుతుంది. అక్కడితో సరి. కాని నువ్వు కళ్ళు మూసుకుంటే యెన్నో సాకులు నీకు దొరుకుతాయి.

**ప్రశ్న:** ఈ సమస్య నిరంతరం పునరావృతమవుతూనే వుంటుందా?

అది తిరిగి వస్తుంది. ఎందుకంటే దానిని నువ్వు పూర్తిగా పెరికి వెయ్యలేదు. నువ్వేం చేసావంటే కేవలం కొమ్మను మాత్రమే నరికావు. అది మళ్లీ పెరుగుతుంది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: నడిమింటి

విజయలక్ష్మి.

# రాధప్రార్థన

తొలిచూపులోనే నీవు నా ప్రభువని, దైవమని తెలుసుకున్నాను. నీకిదే నానివేదన. స్వీకరింపుమో స్వామీ!

నా ఆలోచనలు, ఆవేశములు, మనోహృదయ భావనలు, సంవేదనలు, జీవన సర్వచలిత చాలనములు, శరీరములో ప్రతి జీవకణము, ప్రతిరక్త బిందువు - సర్వస్వము - ఏ మినహాయింపు లేక - అంతా పూర్తిగా నీదేస్వామి! నేను ఏమికావాలని నీవు అభిలషిస్తే అదే నేను కాగలను. జీవన్మరణములు, సుఖదుఃఖములు, ఖేదమోదములు -నాకై నీవేది ఎంపిక చేసినా నాకది ఆమోదయోగ్యమే. నీవు నాకందించిన ప్రతి పురస్కారము దివ్యపురస్కారమే; పరమానంద ప్రదాయకమే!

- శ్రీమాత

అనువాదం : కర్రా వెంకటేశ్వర్లు

## అప్పుడొక తలుపు తెరుచుకుంటుంది

1) నీవు నిజాయితీగా మనమనుకునే కష్టాలనుండి, పొరపాట్లనుంచి బైట పడాలనుకుంటే అదంత కష్టమైన పనేమీ కాదు. అందుకు నీవేమీ చేయ పనిలేదు. దైవమే నీకోసం సర్వం చేయనిస్తేచాలు అప్పుడాయనే అంతా, సర్వమూ చేస్తారు. అది చాల అద్భుతంగా వుంటుంది.

2) ఏమైనా కూడా ఆయనే తీసుకుంటాడు, మనము అనుకునే సాధారణ వివేకాన్ని కూడా. ఈ వివేకాన్ని పక్కన పెట్టమంటాడు. దానిని

విశ్రాంతి తీసుకోమంటాడు. "ఆవేశపడకు. ప్రశాంతంగావుండు. నన్ను బాధించకు. నీ అవసరం లేదు" అని నీకు బోధిస్తాడు. నీవలా చేస్తే అప్పుడొక ద్వారం తెరుచుకుంటుంది. నీవా ద్వారాన్ని తెరవాల్సి వుంటుందన్న బాధ కూడా నీకుండదు. అది అలా విశాలంగా తెరువబడుతుంది. నీవు ఆవలి వైపునకు కొనిపోబడతావు. అదంతా జరిగేది నీ ప్రయోజకత్వం వలన కాదు. మరొక దివ్య శక్తి వల్లనే. ఇక అపుడు మరోలా జరగటం అసంభవం.

3) ఈ శ్రమ, అవగాహనకోసం పడే మనోవేదన , శిరోభారం - ఇదంతా అనవసరం. ఇదంతా మరింత గందరగోళాన్ని పెంచటానికే. పనికిమాలినది ఇదంతా .

4) ఏదేని ఒక విషయమై ఏమిచెయ్యాలి? ఎల్లా చెయ్యాలి? సమస్యగా నీకు ఎదురైనపుడు - నువ్వేమీ చెయ్యనవసరంలేదు. ఏమీ చెయ్యనక్కరలేదు. దైవానికి "దైవమా! ఇది ఇలావుంది. చూడండి" అని చెప్పుకో. అంతే. ఆపై ప్రశాంతంగా ఉండు. అంతట నీవాలోచించకుండానే నీ ప్రతిస్పందన లేకుండానే, నీ స్వల్ప ప్రయత్నమేదో లేకుండానే నీవేమి చెయ్యాలో, అదే చేస్తావు. అంటే దైవమే చేస్తాడు. అది నీవు కాదు. అవసరమైన పరిస్థితులను నీకు ఆయనే కల్పిస్తాడు. అవసరమైన మనుష్యుల్ని ఆయనే ఏర్పాటు చేస్తాడు. నీనోటి ద్వారాయే మాటలు వెలువడాలో ఆయనే నీచే పలికిస్తాడు లేదా వ్రాయిస్తాడు.ఆయనే సర్వం చేస్తాడు; సర్వం చేస్తాడు. నువ్వింకేమీ చేయనక్కరలేదు. నిన్ను నీవు ఆనందంగా వుంచుకోవాలి. కాని మనుష్యులు అలా నిజంగా దైవ జోక్యం కోరతారని నేను అనుకోను.

**ప్రశ్న:** కాని ముమ్ముందుగా ఆ కార్య రంగాన్ని సిద్ధపరచుకోవడం కష్టం.

**సమాధానం:** నీకు ఆ అవసరం లేదు. నీకోసం ఆయనే చేస్తాడు.

**ప్రశ్న:** కాని పాత ఆలోచనలు, చైతన్యము నిరంతరంగా చొరబడుతూ ఉంటాయి కదా ----

సమాధానం: అవును. అలవాటుగా అవి మళ్ళీ మళ్ళీ చొరబడుతుంటాయి. నువ్వు దైవానికిలా విన్నవించుకోవాలి - "ఓదైవమా! చూడండి, చూడండి ఇది యిలా వుంది. ఈ బుద్ధిహీనుణ్ణి చూడండి" అని మాత్రమే. వెంటనే అదంతా కూడా పూర్తి అయి ముగిసి పోతుంది.

ఓ బిడ్డా ! అంత అది అప్రయత్నంగా, నీప్రయత్నం స్వల్పమైనా అవసరం లేకనే మారిపోతుంది. కాని నీవు నిష్కపటంగా, నిజాయితీగా వుండాలి. అంతే. అంతా దైవ నిర్ణయంగా జరగాలని నీవు కోరాలి. అపుడు, దాన్ని గూర్చి నువ్వేమీ చేయలేవని, నీకా శక్తి లేదని తెలిసికొంటావు. ఈ విషయంలో జడచేతనము, జీవ కణాలు మొదలైనవాని కలయిక విచారకరము అని నేను మరి మరీ భావిస్తాను. ఇది విచారకరము. మనుషులు తామేశక్తివంతుల మని, జ్ఞానవంతులమని, సమర్థులమని భావించే కొన్ని పరిస్థితులు వున్నాయేమో నాకుతెలీదు. ఎందుకంటే వారెలావుండాలో వారికే తెలీదు. నీవెలా తయారు చేయబడ్డావో నిజంగా నీవు గ్రహించినపుడు, నీవేమీకావని, తెలిసికొంటావు. కాని దైవం నీద్వారా పనిచేయడానికి నీవు అనుమతించినపుడు, సర్వం సవ్యంగానే జరిగిపోతుంది. కాని తనకుతానే అంతా చేసికోవాలని కోరేది యేదో నీలోవుంటున్నది. అదేచిక్కును తెచ్చి పెట్టేది. లేకపోతే (సమస్యే) లేదు.

నీవు దయ కలిగి వుండవచ్చు. దానిని ఆచరణలో పెట్టనూవచ్చు. కాని అదే అంతటినీ గందరగోళపరుస్తుంది. లేదా నీకు దైవ విశ్వాసం లేకపోవచ్చు. దేవుడు ఆ పని చేయ శక్తిహీనుడని నీవు నమ్మవచ్చు. అందువల్ల నీవే ఆ పని చేయక తప్పదని భావింపవచ్చు. ఎందుకంటే ఆయనకు తెలీదు కాబోలు అనుకుని. (శ్రీమాత నవ్వారు). ఇలాంటి తెలివి తక్కువతనం సామాన్యం". దైవం మన సమాజ పరిస్థితులను ఎలా చూస్తాడు? మనం అసత్యప్రపంచంలో నివసిస్తున్నాం కదా? ఆయన అసత్యాన్ని ఎలా చూడగలడు?" కాని ఆయన సరిగ్గా వున్నది వున్నట్లు చూడగలడు.

నేను అవివేకుల గూర్చి మాట్లాడడం లేదు. తెలివి గలవారిని గూర్చే మాట్లాడుతున్నాను. "వాళ్ళిలా భావిస్తారు కాబోలు". మనం అజ్ఞాన, అసత్య ప్రపంచంలో నివసిస్తున్నాం. భగవంతుడు సత్యాత్ముడు. దైవం స్పష్టంగా, కచ్చితంగా సత్యాత్ముడే, కనుక అసత్యాన్ని గ్రహించలేడు. (శ్రీమాత నవ్వుతారు). ఆయన మన అసత్యాన్ని అర్థం చేసికోలేడు. కనుక నేనే దాన్ని చూడవలసి వుంది. ఇది చాల తీవ్రమైన భావన. ఇలా మనకు మనమే నిష్ప్రయోజన కరంగా గందరగోళం సృష్టించుకొంటాం.

ఈ విశ్వంలో జరుగుచున్న ప్రతిదానిలో భగవంతుడు తన శక్తి ద్వారా, ఆ చర్యల వెనక వున్నాడు. కాని ఆయన తన యోగమాయ చేత తెరవెనుక వుంటాడు. ఆయన నిమ్న ప్రకృతిలో జీవుని అహంకారం ద్వారా పనిచేస్తాడు.

యోగంలో కూడా దైవమే సాధకుడు, సాధనము. సాధనల ఆధారం పైన కూడా వెలుగు, జ్ఞానము, శక్తి, చేతన, ఆనందాలతో కూడిన ఆయన శక్తియే పని చేస్తున్నది. ఆయాధారం దైవ శక్తికి తెరువబడినపుడు, దివ్య శక్తులు దానిలో ప్రవహించి సాధన జరుగునట్లు చేయును. కాని నిమ్న ప్రకృతి చురుగ్గా పనిచేస్తున్నంత వరకు, సాధకుని స్వప్రయత్నం అవసరమగుచుండును.

-శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: బి. నరసింహయ్య

## సంశయాత్మ

-శ్రీఅరవిందులు

సంశయాన్ని గురించి వ్రాద్దామని మొదలుపెట్టాను. వ్రాయడం గానీ, మరేదైనా గాని ఎంత చేసినప్పటికీ, మనిషికి పుట్టుకతో ఉన్న అజ్ఞానం విధించిన జరిమానాలాంటి శాశ్వత సంశయాన్ని తలెత్తకుండా చేయగలమా అనే సంశయం నన్ను వేధించింది. 60పుటల నుండి 600 పుటలు వ్రాసి ఇహచాలు అనుకోవచ్చు. కాని సంశయనివృత్తి కోసం 6000 పుటలు వ్రాసినా సంశయని వృత్తి కాదు. ఎందుకనంటే

సంశయం సంశయించడానికే. దాని పని ఎప్పుడూ సంశయిస్తూండడమే. ఒకవేళ దానిని నమ్మించాము, సంతృప్తి పరచాము అనుకొన్నా అదింకా సంశయిస్తూనే వుంటుంది. తనను పెంచి పోషించే వానిని నమ్మించడానికి మాత్రమే తనొక నిజాయితీగల సత్యాన్వేషిగా నటిస్తుంది. నాయొక్క, ఇతరుల యొక్క మానసిక అనుభవం నుండి నేను నేర్చుకొన్న విషయం ఇది. సంశయాన్ని వదలించుకోవాలనుకొంటే ఉన్న ఒకే మార్గం, సత్యాసత్యాలను పరిశోధించి తెలుసుకొనేందుకు విచక్షణా విజ్ఞానాన్ని ఆశ్రయించడం దాని కాపలా క్రింద స్వేచ్ఛగా, ధైర్యంగా సత్యాసత్యాల అనుభవం కోసం ప్రయత్నించడం.

వాద ప్రతివాదాల ద్వారా సంశయాలకు సమాధానాన్నివ్వడం పూర్తిగా నిష్ప్రయోజనమని గ్రహించి, చాలా కాలం క్రిందటే మానుకున్నాను. మేధోపరమైన వాదనకు, లేదా సిద్ధాంతాలు వల్లించడానికి యోగం సరైన క్షేత్రంగాదు. తార్కిక లేదా చర్చించే మనస్సునుపయోగించడం వల్ల యోగాన్ని గురించి యదార్థ అవగాహన గాని, లేదా దాన్ని అనుష్ఠించడం గాని జరగదు. బుద్ధి సంతృప్తి చెందాలి, ప్రతిదాన్ని బుద్ధి నిర్ణయించాలి అనే లక్షణంగల "సిసలైన సంశయం" మనస్సు చలించే బాహ్య క్షేత్రంలో చాలా సబబైన సంశయంగానే కన్పిస్తుంది. కాని యోగం మానసిక క్షేత్రానికి సంబంధించినది కాదు. మనం ప్రతిష్టించాలనుకొన్న చేతన మానసికమైనది, తార్కికమైనది లేదా చర్చలకు సంబంధించినది కాదు - బుద్ధ్యాత్మక లేదా తార్కిక మనస్సుతో సహా మొత్తం అంతా అచంచలంగా, నిశ్చలంగా తనంత తాను ఒక ఉన్నత, లోతైన చేతనకు, అంతర్దర్శనానికి, జ్ఞానానికి ఉన్మీలనమయ్యేంతగా మనస్సు నిశ్చలమవ్వాలి. ఆ నిశ్చలత లేకపోతే అంతవరకు సాధన గమ్యాన్ని చేరలేదు. ఆ కారణం చేతనే, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక సాంప్రదాయంలో గురువును సంశయించని, ప్రశ్నించని, ఉన్మీలనం విధిగా శిష్యునికుండాలి. గురువుపై అపవాదులు వేయడం, విమర్శించడం, దాడి చేయడం, అనేది ఖండనీయమనీ, సాధనకు పెద్ద ఆటంకం కావడం ఖాయమనీ వక్కాణిస్తుంది.

వాదప్రతివాదాలతో ఎదుర్కొని సంశయాన్ని అధిగమించడం జరిగితే, తర్కంతో సంతృప్తి చెంది, దానిని నివృత్తి చేసుకోవాలనే తీవ్ర వాంఛలాంటిదేదో ఆ సంశయంలో వుండి వుంటుంది. కాని సంశయ లక్షణం సంశయించడం గనుక, అదెపుడూ సంశయం కోసమే సంశయిస్తూ వుంటుంది. తన ఈ ప్రత్యేక ధర్మంకోసం అది మనస్సును కేవలం తనకు ఉపకరణంగా వాడుకొంటుంది. తన అసలు సిసలైన అణచిపెట్టలేని సంశయాలకు పరిష్కారంకోసం నిజాయితీగా అన్వేషిస్తున్నానని ఆ మనస్సు అనుకొన్నపుడు, ఇది అల్పధర్మంగా దానికి కల్పించదు. (సంశయించడం తనకు గల గొప్ప ధర్మం అనుకొంటుంది.) వివిధ మానసిక స్థాయిలు ఎప్పడూ వుంటాయి. పైగా ప్రతివాదిని నమ్మించడం జరగకపోయినా, నమ్మించలేమని తెలిసినా జనం వాదిస్తూనే వుంటారనేది అందరికీ తెలుసు. ఆధ్యాత్మికమైన, మరేవిధమైన ప్రయోజనం లేకపోయినా, ఆశ్రమం యొక్క ప్రధానోద్ధేశ్యానికి వ్యతిరేకంగా, కేవలం యోగలక్ష్యాన్ని దెబ్బతీయడానికి ఆశ్రమమంతా విస్తరించివున్న సదా తిరిగి తిరిగి తలెత్తే సంశయాలకు నిరంతరం సమాధానాలిచ్చుకొంటూ పోతూండడం ఇక్కడ జరుగుతోంది. ఎవరైనా, ప్రాథమిక సంశయాలనధిగమించారంటే అది తనలోని చైత్య సంబంధమైన అంతర్వికసం వల్ల లేదా అతని చేతన విశాలం కావడం వల్ల మాత్రమే గాని మరోవిధంగా కాదు. ఇతరులను ఖండించాలనీ, లేదా తన ఆధిక్యాన్ని చాటుకోవాలనీ గాక విచారణకోసం, జిజ్ఞాసలో భాగంగానూ ఉత్పన్నమయ్యే ప్రశ్నలకు సమాధానం చెప్పవచ్చు. కాని "సంశయపిశాచం" యొక్క ఆకలి తీరేది కాదు, సంశయం నివృత్తి అయ్యేదీ కాదు.

సంశయానికి సంబంధించిన ఈ దాడులను, వాటి స్వభావాన్ని, వాటి మూలాన్ని తెలుసుకొంటే వాటినతడు కాలక్రమేణా అధిగమించగలడు. అయితేమరి వాటిలో తగుల్కొనకూడదు. వాటి అగాధాల్లో పడి అంతర్ధానమై పోకూడదు. వాటిని వివేచించి, చివరకు వాటి వ్యవహారాన్ని తానొక సాక్షిగా అర్థంచేసుకోవాలి. ప్రాణికం వాటి

సుడిలో పడి కొట్టుమిట్టాడుతూ ఉంటుంది. బాహ్యమైన భౌతికమనస్సు ప్రతికూల సూచనలను ప్రకటిస్తూంటుంది. అయినా వాటికి బాహ్యమనస్సు అనుమతిని నిరాకరించే సామర్థ్యతను కాలక్రమేణా సముపార్జించుకోగలుగుతుంది. చివరకు ఈ దాడులు తమ శక్తిని కోల్పోతాయి, స్వభావం నుండి రాలిపోతాయి. అవి తిరిగి తలెత్తడం తగ్గిపోతుంది, ఒకవేళ తలెత్తినా ఎక్కువకాలం అతన్ని పీడించలేవు. వాటికి దూరం కావడం అనేది బలీయంగా జరిగితే సంశయాల నుండి త్వరలోనే లేదా వెనువెంటనే బయట పడడం కూడా జరుగవచ్చు. వాటి నిజస్వరూపం తెలుసుకొని, వాటినలా ఎలాఉంటే అలా పరిగణించే ధోరణి అన్నింటికంటె బలమైనది. భౌతిక మనస్సులో లేదా ప్రాణిక భాగంలో వుండే సందులలో నుంచి అంధకారశక్తులు, సంశయాలుగా చొరబడతాయి. స్వీయ నిజ అస్తిత్వం యొక్క అంశ నుండి గాకుండా లేదా స్వీయ ప్రకృతిలో అప్రయత్నంగా వెలువడినవి గాకుండా, సంశయాల రూపంలో అంధకారశక్తులు చొరబడతాయి. భౌతిక మనస్సులో సందిగ్ధతను, అంధకారాన్ని సృజించడం, పొరపాటుభావాలు, చీకటి ఆలోచనలు, అసత్య అభిప్రాయాలు, దానిలో చొప్పించడం లేదా రేకెత్తించడం చొరపాటుదారులైన అంధకారశక్తులకు ఇష్టం. తాను తలచింది సరైనదని, లేదా తన అభిప్రాయాలు, అనుమాన ప్రమాణాలు, సహజంగా సరైనవే అవుతాయని భావిస్తూ ఈ భౌతిక మనస్సు గనుక వీటికి ఊతమిస్తే వాటికి పండగే. యదార్థ మనస్సు అందుకే తనకుతానుగా నిలద్రొక్కుకొని ఈ కారు మేఘాలను పారద్రోల గలగాలి. ఏదో గాయంతో బాధపడ్తున్నట్లు లేదా నిమ్న ప్రాణిక భాగాల్లో విచారంతో ఏదో కుములుతున్నట్లు, ధ్యాసను ప్రేరేపించి, వాటినలా వీలైనంతకాలం గాయపరచడం, కుమిలేట్లు చేయడం సంశయాత్మకు గల మరో ఉపాయం. అటువంటి సందర్భంలో తన స్వభావంలో గల రంధ్రాలను అన్వేషించుకొని, అటువంటి దాడులు జరుగకుండా లేదా చొరబాటుదారులను వెంటనే లేదా వీలైనంత త్వరలో బయటకు తరిమివేసి, వాటిని మూసివేయడం ఎలాగో తెలుసుకోవాలి. అవి తిరిగి తలెత్తినా, దానినతని ప్రాథమిక అసమర్థతగా భావించగూడదు. సరైన

ఆంతర దృక్పథాన్నిలవర్చుకొంటే, దానినతడధిగ మించగలడు. అధిగమించితీరుతాడు. మన జీవితాన్ని, కర్మలను, శాసించే ఈశ్వరుడు, మనకు కన్పించకుండా తనను తాను ఎంతోకాలం మరుగు పరచుకొన్నపుడు గూడా, ఆతని యెడల మనం విశ్వాసం కలిగి వుండాలి. అతడు తగిన సమయంలో తనంత తానుగా మనకు దర్శన భాగ్యం కలిగిస్తాడు.

అనువాదం : కోనేరు వెంకటేశ్వరరావు

# సంశయం

భువిపై ఆధ్యాత్మిక చైతన్యం పరిణమించాలి, పరిణమిస్తూన్నది కూడా. కాంతి, శాంతి, ఆనందం నిండిన ఈ ఉన్నత చైతన్యం పొందాలంటే, ప్రశ్న, సంశయాల ద్వారా రాదు. ఈ సంశయాత్మకత ఇపుడు ఉన్నదాని పైననే నిలుస్తుంది. ఇంకా ఏమంటుందంటే "గతంలో లేనిది భవిష్యత్తులో ఉండబోదు. అపరిపూర్ణంగా సాధించిన సిద్ధిని భవిష్యత్తులో మరింత ఉత్తమంగా సాధించలేడు. అది అసంభవం." అని సంశయం అంటుంది. కొత్త దానిని సాధించాలంటే విశ్వాసం, సంకల్పం, పట్టుదల, ఆకాంక్ష అవసరం. దానితోనే నేను తృప్తి పడలేను. అందుకోసం ఒక ప్రచోదనం, ఊపు దానిని సాధించే వరకు ఆ ఉత్సాహం ఆగరాదు అనేది ఉండాలి. లేకపోతే సంశయం, తిరస్కృతి అడ్డుపడతాయి. ఆధ్యాత్మిక అనుభవ వికాసానికి అనువైన పరిస్థితులకు అవి అడ్డు నిలుస్తాయి. ముందుకు సాగనీయవు.

కేవలం సంశయించే మనస్సు నిష్ప్రయోజనకరమవుతుంది. కాని నిమ్న జ్ఞానసీమలో సందేహానికి, సంశయానికి, తర్కానికి ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఉన్నత జ్ఞాన భూమిలో అవి అంతరాయాలు. అసలు రహస్యం సత్యాసత్యాలను సరితూచటం కాదు, (not balancing of truth and error). ఆవిష్కృత సత్యం సిద్ధికోసం ప్రగతిశీలకమైన నిరంతర సాధన అది. మేధోపరమైన విజ్ఞానంలో అసత్యం, అపరిపూర్ణత కలగాపులగంగా వుంటాయి. సంశయాత్మక విచారణ ద్వారా దీనిని వదిలించుకోవాలి. ఉన్నత జ్ఞానంలోకి అసత్యం ప్రవేశించలేదు. కొన్ని

అభిప్రాయాలకు మేధస్సు అంటిపెట్టుకుంటే, కేవలం ప్రశ్నించడం ద్వారా ఆ లక్షణం పోదు. సత్య సిద్ధికోసం పట్టుదల పెంచుకొనే కొలదీ ఆ లక్షణం రాలిపోతుంది. జ్ఞానంలోని అపరిపూర్ణత సిద్ధిపొందిన దానిని ప్రశ్నించడం ద్వారా కాకుండా, పరమాత్మ సాన్నిధ్యంలో ప్రగాఢంగా, విశాలంగా, ఉన్నతంగా ఆత్మజీవనంలో మరింత పరిపూర్ణ సిద్ధివైపు ప్రయత్నించడం ద్వారా ఆ అపరిపూర్ణతను వదిలించుకోవచ్చు.

కొత్తగా సిద్ధి పొందవలసిన దానిని సంశయం ద్వారా కాకుండా విశ్వాసం ద్వారా సన్నద్ధం చేసుకోవాలి. ఈ సత్యాన్ని మేధస్సు ఇవ్వలేదు. హేతువుకు, తర్కానికి అది వ్యతిరేకమైనది. ఋజువు చేయబడవలసిన సత్యం కాదది. అంతర్గతంగా జీవించబడవలసిన సత్యం అది. ఆ మహనీయ సత్యంలోకి మనం ఎదగాలి. అజ్ఞానం చేసే ఇంద్రజాల విన్యాసాలకు దూరంగా అది స్వయం అభివ్యక్తం, స్వయం సాక్ష్య సందీప్తం. అది దేనికీ అంటని స్వయం ప్రకాశితం. మనల్ని ఆ సత్యం వైపు వెళ్లనీయకుండా చేసే సంశయాలు, అనుమానాలు, కుశంకలు. ఆ అజ్ఞానం నుండి పుట్టినవే. ఇంద్రియాలతో, అభిప్రాయాలతో దిగ్భ్రాంతి చెంది, నతమతమయ్యే మనో హృదయాలనుండి అవి ఉద్భవిస్తాయి. నిమ్న, లౌకిక సత్యసీమలో అవి జీవిస్తుంటాయి. అందుకే ఉన్నత సత్యాలను అవి నిలదీసి ప్రశ్నిస్తాయి. (అజ్ఞాన సంభూతం హృత్ - స్థమ్ సంశయం).

మూలం : శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం : యజ్ఞన్న

భయసందేహాలను జయించినప్పటికీ కూడా, ఇక సందేహం అనేది లేదని, సందేహం అసంభవమని - తన జీవితాన్నే సందేహించడం వంటిది - ఒకటి మిగిలివుంటుంది. అది భయానకం, అత్యల్పం, పొడిగా, మనసునే తినివేసేది - అది సంశయం (మత సిద్ధాంతాలలోని సత్యాల్ని శంకించడం) Scepticism - ఇది మనిషి గర్వాంధకారంపై ఆధారపడి వుంటుంది. అందువల్ల అది ఎక్కువకాలం ఉంటుంది. ఈ విషయాలకు అతీతంగా నేను ఉన్నాను. అని

ఆలోచిస్తావు. "ఈ వలలో నేను చిక్కుకోను. హేతువు నన్ను నడుపుతోంది. ఆచరణాత్మక కోణంలో నేను సమస్త విషయాలను గూర్చి పరిశీలిస్తాను. నేనంత తేలికగా మోసపోను."

అది భయంకరం ! ప్రమాదకరం ! క్షుద్రమైనది.

అత్యంత ఉత్సాహం పరవళ్లు తొక్కే క్షణాలలో సైతం అతి అరుదైన, అద్భుత అనుభవాలు కలిగినప్పుడు కూడా, ఈ సంశయం నిమ్న అగాధాల నుండి తల ఎత్తుతుంది. అది పరమ అసహ్యం, నీచం, వినుగెత్తిస్తుంది. అయినా అది తలఎత్తుతుంది. సమస్తాన్ని పాడుచేస్తుంది. దానిని జయించాలంటే ఒక గొప్ప వీరుడుగా మారాలి. ప్రకృతిలోని అస్పష్ట చీకటి కోణాలన్నింటితో పోరాడాలి. ప్రకృతి యుక్తులు, నీచ ప్రేరేపణలతో యుద్ధం చేయాలి.

నీకు ఈ సంశయం మనసు నిండా వుంటే, ఈ పరిస్థితి మారాలని నువ్వు కోరితే, ఈ మూడు భయానక శత్రువులను జయించడానికి తగిన ధైర్యం, మనో బలం, శక్తి నీ వద్ద వున్నట్టే. (ఆ మూడు fear, doubt, scepticism). నేను మళ్లీ మళ్లీ హెచ్చరిస్తున్నాను - ఏదో ఒక మంచిరోజున నిన్ను నీవు పరిశీలన చేసుకొని, నీలో వున్న ఈ శత్రువులతో పోరాడి ఒక్కసారి తుద ముట్టించగలనని అనుకోవద్దు. నీవు పోరాడాలి, మళ్ళీ మళ్ళీ పోరాటం సాగించాలి. ఇది ఒక అంతులేని పోరాటం. అవి పూర్తిగా నశించిపోయాయని రూఢి చేసుకోవాలి. నిజానికి నీవెన్నడూ వాటిని జయించలేవు. నీలోని నువ్వు ఏదో విభిన్నంగా వున్నట్లు, ఆ శత్రువులు నిన్ను స్పృశించలేవని భావించే కాలం వస్తుంది. వాటిని నువ్వు చూడగలవు. కాని నువ్వు చిరునవ్వుతో వాటిని వీక్షిస్తావు. ఒక చూపుతో, ఒక సూచనతో అవి పలాయనం చిత్తగిస్తాయి. అవి ఎక్కడ నుండి వచ్చాయో ఆస్థానంలోకి వెళ్లిపోతాయి. కొద్దిగా మార్పుచెంది, మరింత బలహీనపడి, దాడిచేసే శక్తి తగ్గిపోతుంది వాటికి. వాటి మూర్ఖపు పట్టు సడలిపోతుంది. దివ్యకాంతి బలీనమై మెరిసినప్పడు, చీకటి అంతా అంతర్ధానం అవుతుంది. తప్పదు.

- శ్రీమాత

అనువాదం : యజ్ఞన్న

అనంత ఆనందానుభూతులు, పరిపూర్ణ శక్తులు, స్వయం సిద్ధ విజ్ఞాన తేజోమయతీరాలు, మన అంతర్జీవితంలో సువిశాల ప్రశాంత రమణీయతలు ఉన్నాయని మానవాళి కనుగొనగలిగితే, క్షణికమైన అనుభవం ద్వారానైనా మెరుపులాంటి సాక్షాత్కారాన్ని వారి అంతర్నేత్రం దర్శించగలిగితే, వారు జీవితంలోని సమస్త బంధాల్ని, సుఖాలను పరిత్యజించి, ఆ (ఆత్మ) నిధుల్ని పొందేవరకు వారు విశ్రాంతి పొందరు. ఈ దివ్య సంపద అంతా మన మృగ పరిణామ దశ ఇంకా జయించని అజ్ఞేయ పథాలలో దాగివుంది. కాని ఆ దారి సన్ననిది, తలుపులు తెరవలేనంతగా బిగిసిపోయివున్నాయి. భయ, సందేహాలు, సంశయం - ఈ మూడు ప్రకృతి నియమించిన కాపలాదారులు. మనం సుఖాలు పొందే జీవన సామాన్య పరీవాహక సీమల నుండి వెళ్లి పోకుండా, మనల్ని అడ్డుకొంటాయి. అవి.

- శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం : యజ్ఞన్న

# విశ్రాంతి - విరామం

## విరామం (Relaxation) గురించి చాలామంది అభిప్రాయం

ప్రశ్న : అమ్మా, నేను గమనించినదేమంటే, ఎవరైనా వ్యాపారం లేక పని గురించి బయటివారితో మాట్లాడేటప్పుడు సంభాషణ చాలాచక్కగా, ఆసక్తికరంగా ఉంటుంది. కాని అదే సంభాషణ వ్యక్తిగత జీవిత విషయాలవైపు మరలిన మరుక్షణం అది ఒక్కసారిగా బాధ కలిగించేదిగా అవుతుంది. ఎందువల్ల ?

సమాధానం :

అవును, అది ఎందువల్లనంటే, పని గురించి మాట్లాడేటప్పుడు, ముఖ్యంగా సాంకేతికపరమైనదైతే, అది మనిషి వ్యక్తీకరించే వాటన్నింటిలోకి శ్రేష్ఠమైనది. అదే అతని వ్యక్తిగత జీవితానికి సంబంధించినదైతే, చాలా తక్కువ సందర్భాలలో, కొన్నింటిని మినహాయించి, అతను తన స్థాయికి దిగువకు దిగజారుతాడు. కాబట్టి,

అసాధారణ విషయాలలో విఖ్యాతిగాంచిన పండితులు, రచయితలు, కళాకారులు వారి గృహాలకు చేరేసరికి రోత కలిగించే భర్తల గాను, సంతోషం కలిగించని తండ్రులుగాను, వారి చుట్టూ ఉన్న వారికి భరింపశక్యంకాని మనుషులగాను తయారవుతారు. ముఖ్యంగా, నేను మాట్లాడే దెవరి గురించి అంటే, ఉన్నత శ్రేణివర్గీయులై ప్రత్యేక అధ్యయనాలు చేసేవారు నూతన విషయాలు ఆవిష్కరించేవారు, పెద్దసంస్థలను నడిపేవారు : బయట వారు అసామాన్యులు, గొప్ప సామర్థ్యం కలవారు: వారే ఇల్లు చేరేసరికి తరచుగా నిస్సారంగా సాధారణ మనుషులవలె భరించలేని విధంగా తయారవుతారు. వారి జీవితం చాలా బాగుంటుంది, విశ్రాంతి, విరామాలు పొందుతుంటారు. కాని, వినోదించాలనుకుంటే మాత్రం, ఇక ఇంతే సంగతులు; దాని గురించి ఏమని చెప్పమంటారు, నాకు తెలిసిన గొప్ప తెలివితేటలు కలవారు, మెచ్చుకోతగిన కళాకారులు ఒక సమయంలో 'విరామం' పొందటం మొదలుపెట్టి, వారు మొత్తానికి మూర్ఖులైపొయ్యారు. వారు అతినీచమైన పనులు చేశారు. చెడ్డ పెంపకంలో పెరిగిన పిల్లలవలె దుష్టవర్తకులై పోయారు. అది వారికి విరామం కింద లెఖ్ఖ. అదంతా వారికి 'విరామం' పొందాలనే అవసరం కిందికి వస్తుంది. అంటే చాలామందికున్న అభిప్రాయం ఏమిటి ? దానర్థం ప్రతిసారీ దిగజారి పోతూండటం. అసలైన 'విరామం' పొందడానికి ఉన్న స్థాయికి ఒక మెట్టుపైకి పోవాలనే సంగతి వారికి తెలియదు. ఎవరైనా స్థాయికి దిగువకు పడిపోతే అది వారికి అలసట కలగజేసి, మైకం కమ్మేటట్లు చేస్తుంది. అంతేకాక, ఎవరైనా, ప్రతిసారి దిగువకు పడిపోతే, అధోచేతనాభారం ఎక్కువవుతుంది. ఎవరైనా ఎత్తులను అధిరోహించాలనుకుంటే, బ్రహ్మాండమైన అధోచేతనా భారాన్ని ఎన్నో మార్లు వదుల్చుకుని స్వచ్ఛంగా ఉండాలి. లేకపోతే అది వారికి సంకెళ్లవలె తగులుకుని ఉంటుంది.

పనిలో అలసటను తొలగించుకోవటమంటే నిమ్నస్థాయికి క్రుంగి పోవడం కాదు. నిచ్చెన పైకి ఎక్కాలి. అక్కడే, ఉన్నతిలోనే ఎవరైనా అసలైన విశ్రాంతి పొందుతారు. ఎందువల్లనంటే, అప్పుడతడు అంతరంగ

ప్రశాంతత, ప్రకాశము, విశ్వశక్తిని పొందుతాడు. ఆవిధంగా, కొద్ది కొద్దిగా తనకు తాను ప్రయత్నించి, తన మూల అస్తిత్వ కారణమైన సత్యస్వర్శను పొందుతాడు.

కచ్చితంగా నీకాస్వర్శానుభవమే కలిగితే అది నీ అలసటను పూర్తిగా తొలగిస్తుంది.

- శ్రీమాత

అనువాదం : డా. టి. ప్రసన్నకృష్ణ

## వినోదాలు తప్పనిసరా ?

విద్యాబోధనా ప్రక్రియ విధానాలలో, ఒక మాదిరి తేలికైన, ఏవిధంగానూ ఎక్కువగా ఉపకరించని, వినోదాన్నే ఎక్కువగా అందించే కార్యక్రమాలు అవసరమని, అవి పిల్లలకే కాక, పెద్దలకు కూడా ఉపశమనాన్నిస్తాయనే సంగతి చాలా వరకు ఆమోద యోగ్యమే. ఒక దృష్టితో చూస్తే, అది సత్యమే. కాని, దురదృష్టకరమైన విషయం ఏమిటంటే అనేక విషయాలను, నీచమైన, మోటైన, నిమ్న మానవ ప్రకృతికి చెంది దుర్వాసన కొట్టే వాటిని ఆచరించేటందుకు నిబద్ధతను కల్పించే నెపంగా ఈ రకమైన వెసులుబాటు స్వీకరించబడుతున్నది. ఈ మానవ ప్రకృతిలోని ముతక అశ్లీలప్రేరణలు, అపభ్రంశ అభిరుచులను ఈ వెసులుబాటును ఆసరాగా తీసుకుని ప్రదర్శించడానికై ఒక నెపంగా ఎంచుకుని, అనివార్యమైన అవసరాలుగా వాటిని తమ మీద రుద్దుకుంటారు. అలా ఉండనవసరం లేదు. పైగా నిమ్నస్థాయికి దిగజారకుండా వారు విరామం పొందవచ్చును, తుచ్ఛమైన పద్ధతిలో కాకుండా విశ్రాంతి పొందవచ్చును, స్వభావంలో మోటైన రోత పుట్టించే వాటిని పెరగనీయకుండా తమనుతాము ఉల్లాసపరచుకోవచ్చును.

సాధారణంగా గుర్తింపు పొందిన వినోదపు అవసరాన్ని అత్యావశ్యకమైనదనుకోకూడదు. ఇది కృషిని మందగించేదిగ, జీవిత లక్ష్యాన్ని, సృష్టి ప్రయోజానాన్ని, చాలాకాలం కాని, పూర్తిగా కాని విస్మరించేదిగా ఉండకూడదు. అలాగైతే అది కేవలం, ఆకాంక్షలో తీవ్రత లేకపోవడం,

బలహీనతకు లొంగిపోవడం, అస్థిరమైన సంకల్పం, అజ్ఞానం, నిశ్చైతన్యం, సోమరితనం అవుతుంది. ఇటువంటి చేతలను సమర్థించవద్దు. ఇవన్నీ అనవసరం అనే సంగతి నీకు త్వరలోనే అవగతం అవుతుంది. ఒకానొక సమయంలో అవి అసహ్యమైనవిగాను, ఆమోదయోగ్యం కానివిగాను అవుతాయి. పర్యవసానంగా, మానవులు సృష్టించిన వాటిలో అధిక భాగమైనటువంటివి, వాస్తవికతను మరుగుపరుస్తూ పటాటోపాలై నిజానికి అస్థిరతను కలుగజేసే సరదావినోదాలు తమబలాన్ని కోల్పోతాయి. అటువంటి వాటికి ప్రోత్సాహాన్నివ్వటం మానుకోవలసినదే.

- శ్రీమాత

అనువాదం : డా.టి. ప్రసన్నకృష్ణ

## నైరాశ్యతను పోగొట్టుకోవడం ఎలా ?

అది చాలా తేలికగా అధిగమించవచ్చు. నైరాశ్యము సాధారణంగా ప్రాణిక దేహంలో ఏర్పడుతుంది. మనిషి తన చైతన్యాన్ని ప్రాణికంలో ఉంచి అట్టేపెట్టినప్పడు నైరాశ్యత ఆవహిస్తుంది. అప్పడు వెంటనే అక్కడ నుంచి తొలగిపోయి ప్రగాఢ చైతన్యంలో ప్రవేశిస్తే అది పోతుంది. ఇంకా ఉన్నతమైన ఆలోచనలను కల్పించే తేజస్విత ఊర్ధ్వ మనస్సుకు నైరాశ్యమును పోగొట్టే శక్తి ఉంది. ఆలోచనలు ఏమాత్రం ఉన్నత పరిధులను చేరినా కూడా ఆ నైరాశ్యం మాయమవుతుంది. ఏమైనప్పటికీ చైత్య సత్తను ఆశ్రయిస్తే ఇక నైరాశ్యమనేదే ఉండదు.

వ్యక్తిలో ప్రాణిక సంతృప్తి కొరవడినా, విపరీతమైన నరాల బడలిక కలిగినా నైరాశ్యత తేలికగా రావచ్చు. బడలికవల్ల కలిగిన నైరాశ్యత పోగొట్టుకోవచ్చు. హాయిగా పడుకొని చక్కబడే వరకూ విశ్రాంతి తీసుకోవాలి; ఇంకా పడుకొని కలలుగంటూ నిద్రపోవాలి. ఇలా మొదటి కారణం వల్ల కలిగిన నైరాశ్యత పోతుంది. ఇక రెండవదైన ప్రాణిక సంతృప్తి కొరవడడమనేది సులభంగా జరుగుతుంది. అటువంటప్పడు దాన్ని హేతుబద్ధంగా విచారించుకోవాలి. చాకచక్యంగా దాని కారణం కనుక్కొని, ప్రాణిక అసంతృప్తి ఎందుకు కలుగుతుందో విచారించుకోవాలి. ఆ తర్వాత దానిని నిస్సాక్షికంగా

పరిశీలించి అది తన ఆంతరంగిక ఆకాంక్షతో ముడిపడి ఉన్నదా లేక ఒక సాధారణ కోరికో గమనించుకోవాలి. సాధారణంగా ఆంతరంగిక ఆకాంక్షతో సంబంధం లేనిది గానే తెలుస్తుంది. అలా తెలుసుకుంటే దాన్ని తేలికగానే అధిగమించి తన ధోరణిలో కొనసాగవచ్చు. అది సరిపోనట్లయితే ఇంకా లోతుగా పరిశీలిస్తూ చైత్య పురుష వాస్తవికతను పట్టుకోవాలి. ఆ చైత్య పురుష వాస్తవికత నైరాశ్య చలనానికి సోకగానే నైరాశ్యం గాలిలో కలిసి పోతుంది.

- శ్రీమాత

స్వేచ్ఛానువాదం : అమరవాది ప్రభావతి

అమరవాది వెంకట రామ శాస్త్రి

## విశ్రమించడం ఎలా ?

విశ్రమించడానికి మొదటి షరతు : సాధ్యమైనంత ప్రశాంత చిత్తత. ఏదైనా ఒక విషయం వచ్చి దానిని నీవు గ్రహించలేనప్పడు నీలో ఒక కుంగుబాటు కలుగుతుంది. శారీరక, ప్రాణిక, మానసికాలు బిగుసుకు పోతవి. బాధకు లోనౌతాయి. అప్పడు ఆయా భాగాలను నీ సంకల్పంతో సడలించాలి. ఏవిధంగా నీ శరీర భాగాలేవైనా బిగుసుకొంటే అంటే నరాలు మెలికబడినా, కండరాలు బిగతన్నినా వాటిని ఉపశమింపచేసి ఎలా విశ్రమింపచేస్తావో ఆ విధంగానే మానసిక, ప్రాణిక భాగాలను కూడా ఉపశమింపచేయటం నేర్చుకోవాలి.

నీ ప్రాణికంలో, మనస్సులో,దేహంలోకలిగే ఒత్తిడిని ఉపశమింప చేసుకునే పద్ధతి చూడటానికి వేర్వేరుగా ఉన్నప్పటికి తార్కికంగా విధానం ఒక్కటే. ఈ విధమైన ఒత్తిడిని నీవు సడలించగానే అసౌక్యరం తగ్గినట్లు కనిపిస్తే అది క్షణికమైన నిరోధమేనన్న మాట, అలాకాక బాధ కొనసాగినట్లైతే సహాయకారిగా ఉండేదాన్ని గ్రహించగల నీ సమర్థతను పెంచుకోవాలి. ఆ బిగువును సడలించిన క్షణమే నిన్ను నీవు విస్తరించుకునే ప్రయత్నం చేయాలి. దానికి చాలా విధానాలున్నాయి.

ఒకచెక్కపై పరుండి నీటిపై తేలుతూ వెళ్ళుతున్నట్లు చేసే భావన కొంతమందికి సహాయకారిగా ఉంటుందంటారు. అలాతేలుతూ, తేలుతూ ఆ నీరంతా వ్యాపించినట్లు వారే ఒక ద్రవ్యరాశిగా మారినట్లు భావించుకుంటారు. కొంతమంది ఆకాశంతోనూ,నక్షత్రాలతోనూ ఏకమైపోతూ , అలా అలా ఆకాశమంత విశాలంగా ఉండే ప్రయత్నం చేస్తారు. కొంతమందికసలు ఈ చిత్రించుకునే అవసరంలేకుండా చైతన్యవంతంగ చైతన్యాన్ని పొందుతూ దానిని విస్తృతపరుచుకుంటూ పోతూ,పోతూ అనంతం దాకా వెళ్ళిపోతారు. పృథ్విఅంతా, అనంత విశ్వమంతా విస్తరింప చేసుకోగలుగుతారు. అలాచేసుకోగలిగినప్పుడు ఇక చక్కగా ఓరిమితో గ్రహించగలిగేవారుగా తయారవుతారు. ఇదంతా శిక్షణను బట్టి ఉంటుందని చెప్పానుకదా. ఏది ఏమైనప్పటకీ ఏదైనా వచ్చినప్పుడు అదినీకు చాలా బలవత్తరమైందిగా తోచి భరించలేని తలనొప్పి కలిగిస్తుంటే నీవు చేయవలసింది అదే ఆ బిగుతును సడలించాలి. ఆలోచనాపరంగా దానిని నిగ్రహించవచ్చు. ప్రశాంతత నిర్మలత్వాలను ఆవహించుకోవాలి. ప్రశాంతంగా ఉన్నాననే భావనే కష్టాలను చాలావరకు తొలగిస్తుంది. శాంతి మంత్రం "శాంతి, శాంతి,శాంతి,శాంతి,ప్రశాంతి, నిశ్చలత" అనుకుంటూ ఉంటే చాలా చికాకులు, ఇంకా శారీరకమైన సూర్యనాడి జనిత బిగువులు, బాధలూ,వికారాలూ ఊపిరాడకుండా బిగుసుకుపోతున్నట్లుండే చికాకులూ మటుమాయం కాగలవు. వాటికన్నిటికీ కారణం నాడీకేంద్రమైన నాభిచక్రము.;ఇది చాలా తేలికగా కలత పడుతుంది. అందువల్ల దీనికేమైనా అదిపోయేదాకా నీవు శాంతి మంత్రాన్ని శాంతి, శాంతి,శాంతి,అంటూ పునశ్చరణ చేయవలసిందే.;

భావార్థ విషయంలోకూడా ఇదే ప్రక్రియ ఆచరించాలి. నీవేదైనా చదువుతున్నప్పుడు అందులోని భావం నీకుఅర్థంకాలేదనుకో, అది నీపరిధికి మించి ఉన్నప్పుడు నీవెంత ఆలోచించి బుర్రబద్దలు చేసుకున్నా బోధపడక బిగిసిపోయి ఆలోచించిన కొద్దీ తల గట్టిపడిపోయి తలనొప్పి

ప్రారంభ మవుతుంది. ఇక అప్పుడు చేయవలసిందొక్కటే. మాటలకోసం వెతుక్కోకుండా ఎక్కడివక్కడ వదిలేసి ఒళ్లంతా సడలించుకొని చక్కటి విశ్రాంతి పొందాలి. ఇక అర్థం చేసుకొనే ప్రయత్నం మానివేసి అలా అలా విశ్రాంతి పొందుతుంటే నీ తలనొప్పి మాయమైపోతుంది. అలా దాని గురించి ఆలోచించకుండా వదిలేస్తే కొన్నాళ్లైన తర్వాత దానంతటదే లోపల్లోపల నీకు బోధపడుతుంది. "అరే, అది వరకు లేనిది ఇప్పుడెంత తేలికై పోయింది".అనిస్తుంది.

ఈ రోజుల్లో నాడీరుగ్మతల నివారణ చికిత్సాపద్ధతుల్లో ఈ పద్ధతిని కూడా అవలంబిస్తున్నారు. అతి ఉద్రిక్తతకు లోనై నరాలవత్తిడితో నిద్రలేమివల్ల బలహీనపడిన వారిని ఒక అక్వేరియం (చేపలతొట్టి) ముందు కూర్చోపెడతారు. ఆ బంగారు వర్ణ మత్స్యద్వయాలను చూస్తూంటే చాలా ఆహ్లాదంగా ఉంటుంది కదా! అలా వాటిముందు స్థిమితంగా కూర్చొని ఏ విషయాన్నీ, ముఖ్యంగావున్న తన బాధలను గురించి ఆలోచించకుండా వాటినే చూస్తూ ఉండమంటారు. ఆచేపలు ఇటూ అటూ తిరుగుతూ, ఈతకొడుతూ ,ఒక్కొక్కప్పుడు నీటిపై తేలుతూ, వస్తూ,పోతూ విన్యాసాలు చేస్తూ ఒకదానినొకటి తరుముకుంటూ, ఆనీటిని కదులుస్తూఉండటం చూస్తూంటే ఆరోగి తనను తానే మరిచిపోయి తనూ ఒక చేప అయినట్లూ ఈదుతూ కదులాడి విన్యాసాలు చేస్తున్నట్లే భావిస్తాడు. ఒక గంట గడిచేసరికే అతని నరాలవత్తడి తగ్గి స్థిమితపడి చక్కటి విశ్రాంతిని పొందుతాడు.

దీనికి కావలసిందల్లా ఒక్కటే. తమ బాధలను మరిచిపోయి చేపలవైపే దృష్టి సారించడము.

- శ్రీమాత

అనువాదం : అమరవాది ప్రభావతి

అమరవాది వెంకటరామశాస్త్రి.

# నిద్రకు ముందు విశ్రాంతి

స్వప్నాల్లో ఎన్ని వినూత్న విషయాలు బహిర్గతమవుతవో అంతే వుండదు. అయితే ఒక విషయం చాలా ముఖ్యం. అతిగ అలసి పోయినప్పడు నిద్రకు ఉపక్రమించకు, అలా చేసినట్లయితే ఒకరకమైన మైమరపు స్థితిలోనికి జారిపోతావు. ఏకాస్తంతకూడా అదుపులో నుంచ వీలుపడని కలలు నీతో చెలగాటమాడతాయి. ఎల్లప్పుడు భోజనం చేసే ముందు ఎలాగైతే విశ్రాంతి చెంది వుండాలో, పడుకునే ముందు కూడ విశ్రాంతి చెంది వుండాలని మీకందరికి నా సలహా, అయితే మీరు ఎలా విశ్రాంతి తీసుకోవాలో తప్పక తెలుసుకోవాలి.

అందుకు అనేక మార్గాలున్నాయి. వాటిలో ఇదొకటి, ముమ్మందుగా మంచంపైనో లేక పడకకుర్చీలోనో శరీరాన్ని జారగిల పడవేసి దాన్ని నెమ్మదిపరచు. అటు పిమ్మట ఒకేసారిగాగాని లేక విడివిడిగా గాని నరాల బిగువును సడలించుటకు ప్రయత్నించు. ఈ ప్రయత్నాన్ని నీవు పూర్ణ విశ్రాంతి పొందేంత వరకు కొనసాగించాలి. అటు తరువాత నీ శరీరం ఒక గుడ్డపీలికలా మంచంపై అచేతనంగా పడివున్నప్పుడు , నీమెదడును స్ఫృహకోల్పోవునంత వరకు నిశ్శబ్దపర్చు . స్పందనలుడిగిన స్థాణువులా చెయ్యి. ఆపైన ఈ స్థితినుండి నెమ్మదిగా నిద్రలోకి జారిపో. మరునాడు ఉదయం మేల్కొనేటప్పటికి శక్తి పుంజుకుని చలాకీగా వుంటావు. అలాగాక, అలసి సొలసి విశ్రాంతి పొందకుండా నిద్రకుపక్రమించినట్లయితే ఒక బరువైన మొద్దునిద్రకు లోనౌతావు. నీప్రాణికమంతా శక్తి విహీనమై పోతుంది.

తక్షణ ఫలితం సాధించడం కష్టమవచ్చు, కాని పట్టు మాత్రం సడలించకు.

# నిజమైన విశ్రాంతి

ప్రతిఘటించుటకు భయపడి శాంతి వాదులుగా మారిన వారిని, విశ్రాంతిని అనుభవించే అర్హతను ఆర్జించకుండానే, విశ్రాంతికై తహతహలాడే వారిని, అతి స్వల్ప అభివృద్ధిని సాధించుటతోనే సంతృప్తి

చెంది, అదే ఒక అత్యద్భుత సిద్ధిగా వూహించుకొని మార్గమధ్యంలోనే ఆగిపోవుటను సమర్థించు కొనుటకు , దానిని ఆసరాగా వాడుకునే వారిని ఎన్ని సార్లు మనం జీవితంలో కలవము?

సాధారణ జీవితంలో ఇది ఎన్నోసార్లు సంభవిస్తుంటుంది. నిజానికి మానవజాతిని నిర్జీవ పరచి, మనిషిని నేటి దుస్థితికి దిగజార్చిన బూర్జువా సిద్ధాంమిది. "వయస్సులో వున్నప్పుడే శ్రమించు, సంపదను, గౌరవాన్ని, హోదాను సముపార్జించు, ముందు జాగ్రతతో వ్యవహరించు, కొంత దూరదృష్టిని కలిగి వుండు, ఎంతో కొంత వెనకేసుకో, మూలధానాన్ని కూడబెట్టు, ఉద్యోగస్తుడివికా- ఎలాగంటే , నీవు నలభైయోపడిలో పడినప్పుడు, కాలుపై కాలేసుక్కూర్చుని ముందుగా ఆదాయాన్ని ఆతర్వాత పెన్షను అనుభవించి, అందరూ అనుకొనే కష్టార్జిత విశ్రాంతిని పొంది సంతోషించు. చతికిలబడుట, మార్గమధ్యంలోనే ఆగిపోవుట, ముందంజ వేయకుండుట ,నిద్రపోవుట, సమయాసన్నం కాకముందే సమాధి లోనికి జారిపోవుట , జీవిత పరమావధిని సాధించలేకపోవుట ఇదంతా చతికిల బడటమే!

ఏక్షణాన్నైతే పురోగమనం ఆగుతుందో అప్పుడే నీవు వెనక్కు పడిపోయినట్టు, ఏక్షణాన్నైతే సంతృప్తి చెంది, ఆకాంక్షించుటను ఆపివేస్తావో, అప్పుడే నీమరణం మొదలైందన్నమాట. జీవితం ఒక గమనం, ఒక ఉద్యమం, ఒక ముందడుగు , నవ్యావిష్కరణల దిశగా సాగే ఆరోహణ, భావి సాఫల్యతల పొందుకై పడే ప్రయాస. విశ్రమించాలనే కోరికకన్నా ప్రమాదకరమైనది మరొకటి లేదు. దైవ కృపపై నుండే పూర్ణ విశ్వాసంలోను, కోరికలు లేకపోవుట లోనూ, అహంకారాన్ని అణచి వేయుటలోను వుండే నిజమైన విశ్రాంతిని కార్యసాధనలోను, ఉద్యమించుటలోను, ముందడుగు వేయుటలోను పొందగలగాలి.

నిజమైన విశ్రాంతి , చైతన్యాన్ని విస్తృతపరచుట ద్వారాను , విశ్వమంత విశాలంగావించుట ద్వారాను లభిస్తుంది. ప్రపంచమంత విశాలంగా ఎదుగు,అప్పుడు ఎల్లప్పడు విశ్రాంతిని పొందగలవు. కార్యాచరణలో

తలమున్కలైవునప్పుడు, పోరాటం కొనసాగిస్తున్నప్పుడు, పడే ప్రయాసలో నిత్యమైన, సత్యమైన అనంతమైన విశ్రాంతిని పొందగలుగుతావు.

- శ్రీమాత

అనువాదం : అందుగులపాటి కైలాసపతి

జానకి.

<u>అనుబంధం</u>

## ఏప్రిల్ 4, 1910

శ్రీ అరవిందులు రాజకీయ కార్యాచరణకి ప్రవేశించి 1903 నుంచి 1910 వరకు అందులో కొనసాగేరు. వారి లక్ష్యం ఒక్కటే. స్వరాజ్యం, దానిని సాధించటానికి పోరాటం. అంతవరకు కాంగ్రెసువారు కొనసాగించే పనికి మాలిన వంగి సలాంచేసే బలహీన పద్ధతికి స్వస్తిచెప్పి ప్రత్యామ్నాయంగా పోరాటపద్ధతిని ప్రజలమనస్సుల్లో ప్రవేశింపచేయటం. ఇదీ వారి సంకల్పం. మానవాళికి ఒక ఆధ్యాత్మిక పరిణామ దశ ప్రారంభించటానికి ఏప్రిల్ 4,1910 న పాండిచేరి వచ్చేవరకు ఆ పోరాటం జరుపబడింది. పాండిచ్చేరి వచ్చాక, మానవాళికి ఒక నూతన ఆధ్యాత్మిక పరిణామ దశ ఆరంభింపబడింది. అది అస్పష్ట, చీకటి, అజ్ఞాన శక్తులనుండి మానవాళికి దాశ్య విమోచనం.

అప్పటికే పాండిచేరి ఒక తపోభూమి. వేదపురిగా పిలువబడే యజ్ఞవేది. నళినికాంతగుప్తగారి రచనలనుంచి సేకరించిన ఒక భాగాన్ని ఇక్కడ ఉటంకిస్తున్నాం.

ఆ రోజుల్లో పాండిచ్చేరిలోని College de France లో, ఫ్రెంచి ఆచార్యుడుగా, Jouveau Dubreuil అనే ఆయన ఉండేవాడు. తర్వాత ఆయన చాల ప్రఖ్యాతికాంచాడు. అప్పుడు అక్కడ ఆయన పురాతనచరిత్ర, పురాతత్వ శాస్త్ర పరిశోధకుడుగా ఉండేవాడు. పాండిచ్చేరి ప్రాచీనచరిత్ర గురించి పరిశోధన చేస్తూఉండేవాడు. ప్రాచీన శాసనాలు, పత్రాలు, స్మారకచిహ్నాలు మొదలైనవాటి అధ్యయనంవల్ల, పాండిచ్చేరి నగరం, వేదపురిగా ఒకప్పుడు ప్రసిద్ధి గాంచినదని ఆయన కనిపెట్టాడు. అంటే అప్పుడది వేదాధ్యయన

కేంద్రంగా వేదపురిగా ప్రసిద్ధికాంచి ఉంటూ ఉండేది. ఈ వేదవిద్యాలయం సరిగ్గా మన ఆశ్రమ ప్రధాన కట్టడం ఉన్న చోటనే ఉండేదని మన ఫ్రెంచి ఆచార్యుడు పురాతన పటాలు, మరి ఇతర ఆధారాలను బట్టి తెలుసుకున్నాడు.

ఒక ప్రాచీన సంప్రదాయం ప్రకారం వైదిక వాఙ్మయాన్ని, ఆర్యుల విద్యావిభాగాన్ని దక్షిణాదిన విస్తరింప చేయటానికని ఋషి అగస్త్యుడు ఇక్కడికి వచ్చాడు. ద్రవిడ నాగరికతలో ఆర్య నాగరికతను ప్రవేశపెట్టడం ఆయన పథకంతోనే ప్రారంభం అయినట్లు కనిపిస్తుంది. బెంగాలీ కవి హేమచంద్రుని కవితా పంక్తులు ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేసుకోతగ్గవి.

ఓ, పర్వతరాజమా, లే,
అగస్త్యులు తిరిగి వచ్చారు;
ఒక నవ సంకేతం కదలాడుతోంది
ఒక దివ్యకాంతి వెల్లువ ప్రబల వేగంతో పొంగి పొరలుతోంది;
అదిగో, ఒక ఉజ్వల నవోదయ కాంతి వైభవం గగనతలాన నిలిచింది
ఓ పర్వత రాజమా! ఈ కాంతిని పట్టిఉంచు,
ఒక నవోదయం నేలపై ప్రసరించేలా ;
అది ఈ నవ విజ్ఞానాన్ని పరిపోషించేలా,
మరో క్రొత్త జీవనం అలవర్చుకొనేలా ;
ఓ కొత్త కల పండించు మా అందరికోసం
బరువైన నీ నీలి బహుళ విస్తృతి నిలబెట్టు

ఈ చారిత్రక గాథ ప్రకారం అగస్త్యుడు దక్షిణాదికి పయనించాడు. వింధ్య పర్వతాలు వారికి దారి నివ్వటానికి క్రింది ఒదిగాయి. అప్పటి నుంచి అవి అలా ఒరిగే ఉన్నాయి. మహర్షి తిరిగివచ్చే దాకా. వైదిక ఋషి అగస్త్యుడి కథ సందర్భంగా మనకు అనాలోచితంగా వెంటనే శ్రీఅరవిందులు గుర్తుకువస్తారు. అగస్త్యుడులానే, వారూ దక్షిణాదికి వచ్చారు, ఒక నూతన దివ్యకాంతిని వెలువరింపచేయటానికి. ఈ ప్రాంతంలో వారు ఉత్తర యోగిగా ప్రఖ్యాతి కాంచారు కూడా. సాధనా

క్రియాకలాపాలలో కనీసం ఒక అంశంలో వారికి అగస్త్యులతో పోలిక ఉంది. అవచేతన భౌతిక అగాధాలలోకి అగస్త్యులు కొన్ని సంవత్సరాలు చొచ్చుకొనిపోతూ పదార్థ పరార్థ లోకాలు రెంటినీ పరిపోషించి ఉద్ధరించారు. తననెచ్చెలి, లోపాముద్రతో కలిసి, ఇహలోకంలోనే, విజయసాధనకు కృషిచేశారు. వైదిక మహర్షులు తపోకృషిని మరింత ఉన్నతతర సిద్ధిసాధనలో శత, సహస్రగిధాలుగా కొనసాగిస్తూ సంపూర్ణ విజయాన్ని సాధించారు. శ్రీఅరవిందుల లక్ష్య సాధన కూడా సరిగ్గా ఇదే కదా!

అనువాదం : కర్రావెంకటేశ్వర్లు

## మార్చి 29, 1914

మార్చి 29, 1914న శ్రీమాత ఫ్రాన్సునుంచి వస్తూనే శ్రీ అరవిందులతో సమావేశమయినారు. మరునాడు ఉదయం తమడైరీలో ఇలా వ్రాసుకున్నారు.

"వేలమంది గాఢ అజ్ఞానాంధకారంలో మునిగి ఉండి ఉందురుగాక, మరేం ఫర్వాలేదు. నిన్న మేము దర్శించినాయన ఈ భూమిమీద ఉన్నారు. వారి సమక్షమేచాలు, చీకటి, వెలుతురుగా రూపాంతరీకరింపబడే రోజు ఒకటి రాబోతుందని నిరూపించటానికి. నిజంగానే నీపాలన ఈ భూమిపై స్థాపిం పబడుతుంది. (ప్రభూ)..........".

1920 సంవత్సరానికి చంద్రనాగూరు పత్రిక అభ్యర్థనమేరకి శ్రీమాత ఈ విధంగా వ్రాశారు.

భూమిమీద నిర్వర్తించవలసిన ధర్మాచరణ చైతన్యం నాకు ఎలా ఎపుడు కలిగింది? శ్రీఅరవిందుల వారిని నేను ఎలా ఎప్పుడు కలిశాను?

నీవు ఈరెండు ప్రశ్నలు నన్ను అడిగావు. సంక్షిప్తంగా సమాధానాలు ఇస్తానని వాగ్దానం చేశాను.

ధర్మాచరణ పరిజ్ఞానంగురించి నాకు అది ఎప్పుడు కలిగిందో చెప్పటం కష్టం. దానితోనే నేను జన్మించాననిపిస్తుంది. మనసు, మెదడు పెరుగుదలతోబాటు ఈ చైతన్యం యొక్క నిర్దిష్టత, పరిపూర్ణత పెంపొందుతూ వచ్చాయి.

11,13, సం.రాల మధ్య చైత్యపురుష, ఆధ్యాత్మిక అనుభవాలు, భగవంతుని ఉనికి, ఆయనతో మానవుడు సమైక్యం కాగలిగే అవకాశం నాకు అవిష్కృతమైంది. చైతన్యంలోను,కర్మలోను సమగ్రంగా సిద్ధిపొందే అవకాశం, భూమిమీద దివ్యజీవనంలో వారి అభివ్యక్తీకరణకు సావకాశంకూడా విశదం కాబడింది. ఇది, దీనితోపాటు, దీనిని సిద్ధింప చేసుకోగలిగే ఆచరణాత్మక క్రమశిక్షణ నాకు నిద్రలో పలువురు గురువులద్వారా తెలిసింది. వారిని తర్వాత భౌతికంగా కలుసుకోవటం కూడా జరిగింది.

తర్వాత అంతర్గత, బహిర్గత అభివృద్ధి కొనసాగేకొలది వీరిలో ఒకరితో ఆధ్యాత్మిక చైత్యపురుష అనుబంధం తరుచుగా స్పష్టమయేది. నాకు అప్పట్లో భారతీయ తాత్వికచింతన, మతము వీటితో పరిచయ మంతగా లేకపోయినా ఆయనను 'కృష్ణ' పేరుతో పిలుచుకొనే దాన్ని. తర్వాత ఏదోనాడు జీవితంలో వారిని చూడకపోను అని, ఆయనతోనే నాదివ్యకార్యక్రమము నిర్వ హింపబడగలదని తెలుసుకున్నాను.

1910 సం.రంలో నాభర్త ఒక్కరే పాండిచ్చేరి వచ్చారు. అప్పుడు విలక్షణమైన ఆసక్తికర పరిస్థితులలో శ్రీఅరవిందులతో వారికి పరిచయ మేర్పడింది. అప్పటినుంచి మేమిద్దరం తిరిగి భారతదేశం రావాలని ప్రగాఢంగా కోరుకున్నాం. భారతదేశాన్ని నేనెప్పుడూ నానిజమైన మాతృభూమిగా భావించాను. 1914లోనూ ఆనందం నెరవేరింది.

శ్రీఅరవిందులవారిని చూచీ చూడగనే నేను 'కృష్ణ' అని పిలుచుకునే బాగా తెలిసిన వ్యక్తిగా ఈయన్ని గుర్తించాను. ఇది చాలునాకు నాజన్మభూమి, కర్మభూమి భారతదేశమేనని నమ్మటానికి.

- శ్రీమాత

అనువాదం : కర్రా వెంకటేశ్వర్లు

## కాంతికిరణాలు

**విశ్వాసము,నమ్మకము,నిశ్చయము:**

విశ్వాసము- దైవంపై నమ్మకము, దైవముపట్ల దృఢ నిశ్చయము.

దృఢనిశ్చయమే విశ్వాసము ఇది అనుభవ విజ్ఞానములపై నాధారపడనవసరములేదు.

గాఢాంధకారంలో విశ్వాసము నిశ్చయాతినిశ్చయమైన మార్గదర్శి.

ఆగష్టు16,1954.

ప్రతిక్షణము కూడా మనమెన్నడూ అనుకోనిది ఊహించనది ,మనకు తెలియనిదీ తటస్థ పడుతుంటుంది. మనకప్పుడు ఏమి జరిగేదీ మన విశ్వాసముయొక్క తీవ్రత, స్వచ్ఛతలపై ఆధారపడుతుంది.

నవంబరు 03, 1954

పసివాని యొక్క అతిసాధారణ నమ్మకంలో గొప్ప శక్తి ఉంది.

నవంబరు17,1954

దైవముపై నిశ్చల ప్రశాంత నమ్మకమే కష్టాలనెదుర్కొనే అత్యుత్తమ మార్గము.

ఆగష్టు13,1966

నమ్మకంతో పురోగమిస్తాం. నిశ్చయంతో వేచి ఉంటాం.

**దైవకృప:**

ప్రపంచానికి దానిరక్షణకొరకు సర్వోన్నతుడు తన దివ్యకృపను పంపాడు.

మనమనుకునే మానవ వివేకం యొక్క సంక్లిష్టతలకు అతీతంగా పైన సరళసుందర ప్రకాశమానమైన దైవకృప పనిచేయటానికి సిద్ధంగా ఉంది. అది పనిచేయటానికిమనం మరి వీలు కల్పించాలి.

ఫిబ్రవరి21,1965

దైవకృప ముందు పనికిమాలినవాడు, పనికి వచ్చేవాడు అని ఎవరు?

అందరూ ఒకే తల్లి బిడ్డలే.

ఆమె అనురాగం, అందరిపైనా ఒకేలా ప్రసరిస్తుంది.

అయితే ప్రతిఒక్కరికీ, వారిస్వభావానుగుణంగా గ్రహించగలిగే శక్తి ఆమెవారికి ప్రసాదిస్తుంది.

దివ్యకృప అందరికీ సమానమే. ప్రతి ఒక్కరూ వారివారి చిత్తశుద్ధికి అనుగుణంగా దానిని అందుకుంటారు. బాహ్యపరిస్థితులపై అది ఆధారపడి ఉండదు. వారి చిత్తశుద్ధితో కూడిన ఆకాంక్ష ఉన్మీలనత (openness) - లపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

ఏ అరమరికలు లేకుండా దైవానికి మనలను మనం సమర్పణ కావించుకుందాం.

గరిష్ఠ స్థాయిలో దైవకృప మనకు లభ్యమవుతుంది.

**<u>దైవకృపపై విశ్వాసం :</u>**

ఆకాంక్షించే వారందరికీ, కృప సహకారము ఎప్పడూ ఉంటుంది. వారి శక్తి అపారము. కాకపోతే విశ్వాసం, నమ్మకంతో అందుకోవాలి.

అంతా దిగజారిపోతున్నదనుకుంటున్న తరుణంలో - సరిగ్గా అప్పడే మనం పరమోన్నత నమ్మకంతో వ్యవహరించాలి. దైవకృప ఎన్నడూ విఫలమవదని తెలుసుకోవాలి.

జనవరి1, 1947

మన జీవితంలో అనుక్షణము, అన్ని పరిస్థితులలోను మనకష్టాలనుంచి మనలను అధిగమింపచేయటానికి దైవకృప మనకు సాయంగా అక్కడ సిద్ధంగా ఉంటుంది.

అక్టోబరు 8, 1954

పైకి మనకు అగుపించే ఈ గందరగోళ పరిస్థితి ద్వారా ఒక వినూత్నము, మరింత శ్రేయోదాయకము అయిన విధివిధానం

రూపొందింపబడుతున్నది. అయితే మరి దానిని దర్శించేందుకు దైవకృప పట్ల విశ్వాసం ఉండాలి. సమధికోత్సాహంతో సిద్ధంకండి.

అక్టోబరు 13, 1956.

అంతా అయిపోయిందనుకున్నపుడే, సర్వమూ సంరక్షింప బడుతుంది. నీ పురుషకారం (Personal Power) పై నమ్మకం కోల్పోయినప్పడు సరిగ్గా అపుడే దైవకృప పట్ల విశ్వాసం, సడలకుండా, కలిగి ఉండాలి.

జనవరి 28, 1970.

అంతిమ సారాంశంగా సర్వమూ దైవకృప పైననే వాస్తవంగా ఆధారపడి ఉంటుంది. నమ్మకంతో ప్రశాంతంగా భవిష్యత్తును దర్శించాలి. అదే సమయంలో వీలైనంత వేగంగా ముందుకు పురోగమించాలి.

<u>దైవకృపలో నమ్మకం:</u>

దైవము పట్ల మనకున్న నమ్మకమునకు తగిన ప్రమాణంలో దైవకృప మనపై ప్రవర్తించి సహకరించగలదు.

వాదన లేకుండా, వ్యాకులపాటు లేకుండా పసివానివలె దైవాన్ని నమ్ము, ఆయన ఇచ్ఛయే జరగాలని.

సెప్టెంబరు 7, 1954.

దైవకృపయందు పరిపూర్ణ విశ్వాసంతో పొందిన ప్రశాంతతతో పోల్చదగినది, ఏదీలేదు.

నీ బాధ్యతనంతా, నీ పురోభివృద్ధితో సహా దైవకృపకే విడిచిపెట్టు. ప్రశాంతంగా ఉంటావు.

మే 5, 1958.

దైవములో, ఆయన యొక్క వివేకములో, కరుణలో పరిపూర్ణ నమ్మకము కలిగి ఉన్నవానికి, ఇక, మరే సమస్యలు ఉండవు.

<u>దైవకృప, కష్టములు.</u>

దైవ కృపపట్ల దృఢమైన విశ్వాసం నమ్మకం కలిగి. పరిపూర్ణ నిశ్చల, ప్రశాంతలతో ఉన్నపుడు మాత్రమే పరిస్థితులు వీలైనంత

అనుకూలంగా ఉంచ గలుగుతావు. భగవంతునిలో భగవంతునిపై మాత్రమే పూర్తి నమ్మకం ఉంటేనే సర్వదా సర్వోత్కృష్టమైనదే సంభవిస్తుంది.

ఫిబ్రవరి, 9, 1930

ఈ భూమిపై మనుష్యులకు విముక్తిని కలిగించే పరస్పరపూరకమైన రెండు దివ్యకృపా పరిపూరిత క్రియా దృక్పథాలు ఉన్నాయి. ఈ రెండు దృక్పథాలు వాటి ఆవశ్యకతలో హెచ్చుతగ్గులు లేనివి. కాని వాటి విలువలు సమానంగా గుర్తింపబడలేదు.(అవి) ఆరాటం, ఉద్వేగం, బాధలనుంచి విముక్తినిచ్చే, నిలకడగా ఉండే సర్వోత్కృష్ట ప్రశాంతత.

బంధాలు, దాస్యం, జడత్వం, వీటినుంచి విముక్తి కలిగించే గమన శీలమైన సర్వ శక్తి వంతమైన పురోగతి.

ఈ ప్రశాంతత దివ్యమైనదని విశ్వజనీనంగా గుర్తించబడింది; ప్రశంశించబడింది. అయితే ఎవరి ఆకాంక్ష తీవ్రంగా ,సాహసోపేతంగా ఉంటుందో, వారే ఈ పురోగతిని స్వాగతీకరిస్తారు.

ఏప్రిల్,24,1958

జీవితంలో నీవొక కష్టాన్ని ఎదుర్కొన్నప్పుడు ప్రభువు అనుగ్రహంగా దానిని స్వీకరించు. వాస్తవానికి అది అంతే.

1962

నీవు ఏమి కోరుకుంటావో అంతాదానిపై ఆధారపడి ఉంటుంది. నీవు యోగము కావాలనుకుంటే జరిగేది సర్వమూ నీలక్ష్యాన్ని ముందుకు తీసుకొని వెళ్లే దివ్యకృప యొక్క వ్యక్తీకరణగా స్వీకరించు. పరిస్థితులు నీకు నేర్పిన పాఠాన్ని అవగాహన చేసుకునే ప్రయత్నం చెయ్యి.

ఏప్రిల్23,1964

దైవకృప అంటే జీవితాన్నంతటిని సుగమంగావించేదని ప్రజలు నమ్ముతారు. అది నిజం కాదు. నీ ఆకాంక్షను సిద్ధింపచేయటానికి

దైవకృప పనిచేస్తుంది. అతిత్వరితంగాను, వెంటనే సిద్ధిపొందటానికి అంతా సన్నద్ధం చేయబడుతుంది.

మే26,1967

ఒక్కవిషయం మనం ఒప్పుకుని తీరాలి. దైవంతో సమైక్యత, చివరికి దైవ అభివ్యక్తీకరణ జరిగేదంతా తప్పనిసరిగా జరగాల్సినదే వీలైనంత త్వరగా మనలను, ప్రపంచాన్ని లక్ష్యసాధన దిశగా నడిపించటానికే ఇది నిరంతరాయంగా చిత్తశుద్ధితో కూడిన విశ్వాసం, మనకు రక్షణ, సహకారముకూడ ఒకే పర్యాయం కలిగిస్తుంది.

**చిత్తశుద్ధి:**

దైవానికి ద్వారాలను తెరచే తాళంచెవి చిత్తశుద్ధి.

చిత్తశుద్ధి అంటే సత్వముయొక్క అన్ని చలిత చాలనాలను సర్వోన్నత చైతన్య స్థాయికి ఉద్ధరించడం. అంతవరకు సాధించిన దానిని సిద్ధింప చేసుకోవటం. దైవేచ్ఛకి కేంద్రస్థానం చుట్టూ సత్వమంతా అన్నిభాగాలలో సమైక్యతను, సామరస్యతను చిత్తశుద్ధి నిర్ధంధిస్తుంది.

ఫిబ్రవరి21,1930

ఎప్పుడూ చిత్తశుద్ధితో ఉండు నిరవధికంగా.......

ప్రతి ఒక్కరు వానియొక్క ఆలోచనలలో ,భావాలలో, సంవేదవనలలో, కర్మలలో తన సత్వము యొక్క కేంద్రసత్యమునుతప్ప మరేదీ వ్యక్తీకరించకూడదు. ప్రతి ఒక్కరినుంచి చిత్తశుద్ధి నిర్ధంధించేది ఇది.

ఏప్రిల్4,1950

చిత్తశుద్ధితో ఉండటానికి సత్వము యొక్క అన్నిభాగాలు దైవంకోసం వాటి ఆకాంక్షలో సమైక్యంగా ఉండాలి. ఏదో ఒక భాగం కావాలని, మిగిలినవి తిరస్కరించటం లేదా ఎదురుతిరగటంకాదు. దైవము, దైవము కొరకే అంతే కాని పేరు,ప్రతిష్ఠ దర్జా,హోదా, ఆడంబరం కోసం కాదు. చిత్తశుద్ధితో కూడిన ఆకాంక్ష అంటే ఇది కాదు.

నిండైనమనసుతో నీవు మాత్రమే నాకు కావాలి అనినీవు భగవంతునికి నివేదించుకుంటే, చిత్తశుద్ధితో ఉండే పరిస్థితులు ఆయనే నీకు కల్పిస్తాడు.

జూన్,8.1954

సత్వములో విభజన అంతా కృత్రిమమే. నీ నిజసత్వానికి, శరీరానికి మధ్య అగాధాన్ని సృష్టించటమే అన్నిటికీ మించిన కపటం.

అగాధము సత్యసత్వమును భౌతిక సత్వమునుంచి వేరు చేసినపుడు అన్నిరకాలైన పనికిమాలిన సూచనలతో ప్రకృతి దానిని నింపివేస్తుంది. వీటిలోకల్లా అన్నిటికంటే దుర్ఘటనమైనది,భయం, ఉపద్రవమైనది సందేహం.

నీ సత్వములో ఏదీ సత్యాన్నీ నిరాకరించనీయకు.ఇదే చిత్తశుద్ధి.

జూలై7,1957

పరిపూర్ణచిత్తశుద్ధికి (మానసిక,ప్రాణిక)ఇష్టాలు,కోర్కెలు శత్రువులు. అవేకాక ముందుగానే ఏర్పర్చుకున్న అభిప్రాయాలు కూడా! ఇదిగో, ఈ ఆటంకాలనే అధిగమించాలి.

దివ్య సత్యచేతన ముందు ఏ కాస్తంత చిత్తశుద్ధి అయినాకూడా, సముద్రమంత కపటము, నటనకంటే, మరింతగానో విలువైనవి.

రాజీలేని చిత్తశుద్ది ఆధ్యాత్మిక సాధనకి రాచబాట.

నటనవద్దు(వాస్తవంగా)ఉండు.

వాగ్దానంవద్దు.ఆచరించు.

కలలుకనకు -సిద్ధిపొందు.

(ఆత్మద్రోహంవద్దు.) నీకు నీవు నిజాయితీగా ఉండు.

దైవంపట్ల చిత్తశుద్ధి కలిగిఉండు(అర్చనలో బేరసారాలు వద్దు.)

మనుష్యులతో ముక్కుసూటిగా ఉండు.(నటన,కపటం, వద్దు)

జూన్25.1963

నీవు చిత్తశుద్ది పాటించాలంటే ఇంకొకరికి కోసం కాచుకొని ఉండక్కర్లేదు.

మార్చి9, 1968

దివ్యప్రేమ :

## ఒకపురాతన chaldean గాథ

చాలాకాలంనాటి మాట. ఎడారిదేశమైన అరేబియాలో దివ్యప్రేమను మేల్కొల్పటానికి ఒక దివ్య మానవుడు అవతరించాడు. అనుకున్నట్లే ప్రజలు అతన్ని అపార్థంచేసుకున్నారు. అవమానపర్చారు. వెంటతరిమి హింసించారు. అతనిపై దండెత్తిన వాళ్లు అతన్ని బాగా హింసించారు. గాయపర్చారు. తాను ఏకాంతంగా ప్రశాంతంగా చచ్చిపోవాలనుకున్నాడు. ఆవిధంగానైనా తను సాధించాలనుకున్న పని సాధింపబడుతుందనుకున్నాడు. జనాలు వెంటతరిమారు. తప్పించుకు పారిపోయాడు వారి నుంచి. ఆకస్మికంగా విశాలమైన ఒక మైదానంలో ఓ చిన్నదానిమ్మ గుబురు అగుపించింది. ఈ రక్షకుడు ప్రశాంతంగా దేహం చాలిద్దామని నేలకు ఆనుకుని ఉన్న ఆ గుబురు కొమ్మల్లోకి దాకోటానికి చొరబడ్డాడు. వెంటనే ఆ గుబురు ఆశ్చర్యంగా విస్తృతం కావటం ప్రారంభమై, దట్టంగా, పుష్కలంగా పెరిగింది. అతన్ని వెంట తరిమేవాళ్ళు ఆ ప్రక్కగా వెళ్లినాకూడా ఈతనక్కడ దాగి ఉంటాడని అనుమానించలేక పోయారు. ముందుకలా సాగిపోయారు.

అతని పవిత్రమైన రక్తం బొట్లుబొట్లుగా పడి, నేల, ఆ పొద సారవంతమై ఎర్రని రేకులుగా విచ్చిన పువ్వులతో గుత్తులుగా విపరీతంగా అల్లుకుపోయింది.

ఈ పువ్వులే మనకు దివ్యప్రేమని పట్టి ఉంచి వ్యక్తపరుస్తాయి.

నవంబరు 14, 1955.

ప్రేమించేవాడే ప్రేమని గుర్తించగలుగుతాడు. నిష్కపటమైన ప్రేమలో తమనుతాము అర్పణ కావించుకోలేనివాళ్లు ప్రేమను ఎప్పుడు ఎక్కడా గుర్తించలేరు. అది ఇంకా నిస్వార్థమైన దివ్యప్రేమ అయినపుడు - మరీ అసలు గుర్తించలేరు.

దివ్యప్రేమచైతన్యం పొందాలంటే మిగిలిన సాధారణ ప్రేమను వదిలిపెట్టాలి.

**దివ్యప్రేమ - మానవప్రేమ:**

దివ్యప్రేమ పైనే సమగ్రంగా ఆధారపడి ఉండు. దివ్యప్రేమను పొందిన వానికి మానవప్రేమపై విలువేమి ఉంటుంది?

సెప్టెంబరు 2, 1939

ఒక్క విషయం మాత్రం మీకు నేను చెప్పగలను. ఇద్దరు వ్యక్తుల మధ్యన ఉండే సంబంధంలో చిత్తశుద్ధి, సారళ్యత, శుద్ధత ఎలాటిదైనా కానీయండి, అది దివ్యశక్తి సహకారాల నుంచి కొద్దోగొప్పో మరుగు పరుస్తుంది. వారి వారి బల, తేజ, శ్శక్తులను వారి యొక్క అంతర్నిహిత సాధ్యాసాధ్య ప్రమాణశక్తులకి పరిమితం చేస్తుంది.

ఫిబ్రవరి 15, 1950.

- శ్రీమాత

అనువాదం : కర్రావెంకటేశ్వర్లు

(సశేషం)

## సమాచార పత్రం

సొసైటి సభ్యత్వ రుసుముల సవరణ (1-4-2009 నుండి)

మ్యాగజైన్‌తో సభ్యత్వ రుసుము

| | | అమెరికన్ డాలర్లు | |
|---|---|---|---|
| ఒక సంవత్సరానికి | Rs.150/- | 25 | 15 |
| మూడు సం॥లకు | 440/- | 75 | 45 |
| 5 సం॥లకు | 730/- | 125 | 75 |
| డోనార్ మెంబర్ 10సం॥లకు | 3000/- | 375 | - |
| కంట్రిబ్యూటింగ్ మెంబర్ 1సం॥కు | 300/- | 80 | - |
| కంట్రిబ్యూటింగ్ డోనార్‌మెంబర్ 15 సం॥లకు | 10,000/- | 100 | - |

మాగజైన్ లేని సభ్యత్వములు తక్షణం రద్దుచేయనైనది. ఏ సభ్యుడైనా సొసైటి సభ్యత్వము పొందదలిచినచో వారికి పైన చూపిన రుసుములే వర్తించును.